

Annotatsiya:

Mazkur maqolada psixologik konsultatsiyada qo'llaniladigan usullar haqida so'z boradi. Shuningdek konsultativ psixologiya bosqichlari va ularda qo'llanadigan texnik usullar va ularning smaradorligi haqida ma'lumotlar beriladi.

Kalit so'zlar: psixologik konsultatsiya, information shaxs, oilaviy muhit, pedagog, aktual, zamonaviy konsultatsiya, psixologik yondashuv, texnika.

Maslahatchi mijoz bilan uchrashuvni qanday rejalashtirishi kerak?

Maslahat vaqtni rejalashtirishdan boshlanishi kerak. Optimal vaqt jadvali konsultantga o'zining professional vazifalarini yuqori texnologik darajada bajarishi, kasbiy mahoratini saqlab qolishi va kasbiy malakasini oshirishi mumkin.

Maslahat berish jarayonini tuzish mijoz bilan uchrashuvni rejalashtirishdan boshlanadi. Bunga tayyorgarlik bir necha bosqichlardan iborat:

1. Mijoz va uning muammosi to'g'risida dastlabki g'oyani tuzish. Mijoz bilan ishlashni boshlashdan oldin maslahatchi tomonidan olingan ma'lumotlar konsultatsiyaga tayyorgarlikning quyidagi bosqichlarini amalga oshirishga yordam beradi.

2. Mavjud muammo bo'yicha bilimlarni tizimlashtirish. Ushbu bosqichda maslahatchi ushbu masala bo'yicha adabiyotlarni ko'rib chiqishi mumkin; hamkasblar bilan maslahatlashish; yangi tadqiqotlar bilan tanishib chiqing.

3. Konsultatsiya rejasini ishlab chiqish. Shuni ta'kidlash kerakki, rejaga ega bo'lish ijobiy va salbiy tomonlarga ega bo'lishi mumkin. Maslahatchi rejalashtirilgan rejani vaziyatga qarab o'zgartira olishi kerak, aks holda mijoz uchun muhim fikrlarni, keyingi ishlarning asosiy yo'nalishlarini o'tkazib yuborish mumkin.

4. Psixodiagnostika vositalarini tanlash.

Ushbu algoritmgga rioya qilish, ayniqsa, yangi boshlagan maslahatchilarga ish jarayonida o'zlarini ishonchli his qilishlariga imkon beradi.

Maslahatlashish jarayoni ketma-ket bosqichlar ko'rinishida ham taqdim etilishi mumkin. Olimlar maslahat berishning turli modellarini taklif qilishadi.

Besh bosqichli maslahat modeli qanday?

Aksariyat mutaxassislar amalda besh bosqichli maslahat modelidan foydalanadilar:

I bosqich. Mijoz bilan ishonchli munosabatlarni o'rnatish va mustahkamlash (maslahatchi butun konsultatsiya jarayonida mijoz bilan ishonchli munosabatlarni

saqlab turishi kerak). Maslahatchi mijozni qo'llab-quvvatlaydi, unga psixologik xavfsizlik sharoitlarini yaratadi va mijozning o'ziga professional sifatida ishonchini kuchaytiradi.

II bosqich. Mijozning maslahatchiga "iqrorligi" (mijozning o'zining psixologik va ijtimoiy-psixologik muammolarini sub'ektiv emotsional og'zaki bayon qilishi). Maslahatchi mijozning psixosotsial muammolarining ichki va tashqi sabablari to'g'risida umumiy g'oyani ishlab chiqadi va birinchi ishchi gipotezalar paydo bo'ladi - hodisalarning mantiqiy munosabati to'g'risida taxminiy hukm. Maslahat gipotezalari tufayli maslahatchi mijoz unga kelgan psixologik ijtimoiy muammolarni shakllantirishi mumkin. Mutaxassis dastlabki professional maslahat xulosasini tuzishni boshlaydi.

III bosqich. Mijozning ijtimoiy-psixologik muammolarini tahlil qilish (tushunish, aks ettirish); umumiy ishchi maslahat gipotezasini sinovdan o'tkazish.

IV bosqich. Mijozning muhim muammolarini maslahatchi tomonidan kompleks ravishda professional o'rganish, mijoz bilan birgalikda mijozning muammolarini eng maqbul echimlarini echish va resurslarni topish (mijozning ijtimoiy va psixologik qiyinchiliklarini hal qilish va tashqariga chiqish maqsadida) uning qiyin hayotiy holati).

V bosqich. Mijozga tavsiyanomalar va maslahat jarayonini yakunlash, maslahatchi tomonidan butun konsultatsiya jarayonida sodir bo'lgan voqealar haqida qisqacha xulosa, mijoz bilan birgalikda tanlangan muammoni hal qilish variantlari (mijoz uchun) qayta "gapirish".

Konsalting jarayonining yakuniy qismida, shuningdek, agar kerak bo'lsa, konsultantning mijoz bilan keyingi aloqasi (professional o'zaro aloqasi) muhokama qilinadi.

Maslahat berish jarayonida markaziy qadamlar qanday?

Ijtimoiy ishlarda maslahatchi mijozga muayyan muammoni hal qilishda yordam beradi. Shu munosabat bilan J. Eganning modelidan foydalangan holda maslahat bosqichlarini ko'rib chiqish qulay. Ushbu model konsaltingga "muammolarni boshqarish" sifatida qaraydi, bu esa yechim emas, balki boshqaruv degan ma'noni anglatadi, chunki barcha muammolar doimiy ravishda hal etilmaydi. Modelning markaziy bosqichlari:

1. muammoni aniqlash (mijozga o'z hikoyasini aytib berishga yordam berish; diqqatni jamlash; faollashtirish);
2. maqsadlarni shakllantirish (yangi ssenariy va maqsadlar to'plamini ishlab chiqish; maqsadlarni baholash; aniq harakatlar uchun maqsadlarni tanlash);
3. harakatlarni amalga oshirish (harakatlar strategiyasini ishlab chiqish; strategiyalarni amalga oshirish).

Ishonch munosabatlari o'rnatiladigan birinchi bosqich "hozirgi stsenariy" ning rasmini yaratishga qaratilgan, ya'ni. muammoli vaziyat. Ikkinchi bosqichda maslahatchi mijoz bilan birgalikda "yangi ssenariy" ni shakllantiradi, uning yordamida vaziyatni yaxshilash mumkin. Uchinchi bosqichda "mavjud stsenariy" dan "kerakli" ssenariyga o'tish uchun zarur bo'lgan maqsadlar, harakatlar uchun strategiyalar ishlab chiqiladi.

Maslahatchi e'tiborga olishi kerak bo'lgan turli bosqichlarda (maslahat berish bosqichlarida) kelib chiqadigan madaniy va individual muammolar mavjud. Siz maslahat suhbatini o'tkazishda qat'iy me'yorlarga rioya qila olmaysiz, ammo maslahat jarayonini tuzish zarur. Boshlang'ich maslahatchi, ayniqsa maslahat bosqichlariga ko'ra maslahat va maslahat jarayonini rejalashtirishni o'rganishi kerak.

Konsalting modellari va algoritmlari.

Psixologik maslahat modeli deganda nima tushuniladi?

Maslahat berishning o'ziga xos modeli ko'pincha umumiy nazariy yo'nalishga qarab tanlanadi:

- psixoanalitik,
- shaxsga yo'naltirilgan,
- xulq-atvorli,
- kognitiv va boshqalar.

Maslahatlar modellari orasida 1) hayotiy ko'nikmalarni o'rgatish, 2) odamlar o'rtasidagi munosabatlar va aloqa qobiliyatlarini o'rgatish, 3) muammolarni hal qilish va qaror qabul qilishga o'rgatish, 4) sog'lom turmush tarzini qo'llab-quvvatlashga o'rgatish, 5) qobiliyatlarni yo'naltirish va rivojlantirish, 6) o'zligini anglash va shaxsiy rivojlanishiga yordam berish.

Psixologik maslahat nazariyasi va amaliyotining hozirgi rivojlanish bosqichida bir qator yangi maslahat modellarining paydo bo'lishini ajratib ko'rsatish mumkin:

- ... qisqa muddatli ijobiy maslahat,
- ... psixotexnologiya, neyrolingvistik dasturlash bo'yicha maslahatlar,
- ... shaxsni qayta baholash bo'yicha maslahat va boshqalar.

Maslahatlar modellari ruhiy buzuqlikni keltirib chiqaradigan hayotiy vaziyatlarga qarab belgilanishi mumkin. So'nggi paytlarda alkogolizm, giyohvandlik, oiladagi zo'ravonlik, o'qishdagi qiyinchiliklar va boshqalar bo'yicha maslahatlarning maxsus modellari rivojlanmoqda.

Psixologik maslahat algoritmi nimaga o'xshaydi?

Suhbatdagi maslahatchining asosiy vazifasi - mijozni tushunishga, o'zini, o'zini tutishini, etakchi motivlari va qadriyatlarini, resurslari va cheklovlarini

anglashga etkazishdir. Mijozning maqsadga erishishi turli xil tezlikda - tezroq, sekinroq, ko'pgina sabablarga ko'ra sodir bo'lishi mumkin. Ba'zan mijoz o'zi haqida o'z tushunchalariga yopishib qoladi. Diffuziya, konsentratsiyaning etishmasligi, nomuvofiqlik maslahat berish jarayonini buzadi. Maslahatchi san'ati - mijozning individual imkoniyatlariga muvofiq maqsad sari intilish intensivligini tartibga solish. Psixologik maslahat bir necha bosqichlarni o'z ichiga olgan jarayondir. Maslahat berishning boshi, o'rtasi va oxiri bor va maslahatchi maslahatni qanday boshlashni, uni qanday davom ettirish, uni intensiv va samarali qilish va qanday tugatishni bilishi kerak.

Adabiyotlar ro'yxati:

1. Sh.M. Mirziyoyev - Together we will build a free and prosperous democratic country of Uzbekistan. T. Uzbekistan, 2016
2. Sh.M. Mirziyoyev - Humanitarianism, goodness and creativity are the foundation of our national idea. T. "Image", 2021 - 36 p.
3. Ghaziev E.G. General psychology. Tashkent. 2002.1-2 books.
4. A.H. Yugay, N.A. Mirashirova "Obshchaya psychology" - Tashkent 2014.
5. Dent, Mike; Bourgeois, Ivy Lynn; Denis, Jean-Louis; Kuhlmann, Ellen (July 1, 2016). The Routledge Companion to Careers and Professionalism. Routledge. ISBN 978-1-317-69948-4.
6. Magali Sarfatti Larson, The Rise of Professionalism: A Sociological Analysis, Berkeley, CA: University of California Press, 1978, p. 208
7. Internet sites: ziyonet.uz, gov.uz, lex.uz
8. New Vision for Education: Unlocking the Potential of Technology, 2015//
http://www3.weforum.org/docs/WEFUSA_NewVisionforEducation_Report2015.pdf
9. Kozimova, N. A. (2023). BUGUNGI TA'LIM TIZIMIDA ZAMONAVIY O'QUVCHI SHAXSINING IJTIMOY VA PSIXOLOGIK JIHATLARI. Educational Research in Universal Sciences, 2(10), 44-46.V
10. Abduqahhorovna, N. K. (2023). PSIXOLOGIK KONSULTATSIYAGA MUROJAAT QILUVCHI OTA-ONALARNING FARZAND TARBIYASI MUAMMOLARINI O'RGANISHDA HADISLARDAN TERAPIYA SIFATIDA FOYDALANISH.
11. Kozimova, N. (2023). USE OF HADITHS AS THERAPY IN STUDYING THE PROBLEMS OF RAISING CHILDREN OF PARENTS APPLYING FOR PSYCHOLOGICAL CONSULTATION. Modern Science and Research, 2(9), 61-63.

12. Kozimova, N. A. (2023). BUGUNGI TA'LIM TIZIMIDA O'QUVCHI-YOSHLARNI ZAMONAVIY KASBLARGA YO'NALTIRISH VA KASB-HUNAR TANLASHNING IJTIMOY VA PSIXOLOGIK JIHLTLARI. PEDAGOG, 6(5), 739-741.

13. Kozimova, N. A., & Ulug'ova, S. M. (2023). ZAMONAVIY PSIXOLOGIK KONSULTATSIYA, UNING TURLARI VA UNGA MUROJAAT QILISH SABABLARI. Scientific Impulse, 1(6), 1679-1682.

14. Nigora Kozimova Abduqahorovna. (2023). Modern psychological consultation, its types and reasons for applying to it. American Journal of Public Diplomacy and International Studies (2993-2157), 1(9), 129-131. Retrieved from <http://grjournal.us/index.php/AJPDIS/article/view/1343>

15. Narziyeva Shaxnoza Rustamjon qizi. (2023). PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF THE MANIFESTATION OF ADOLESCENT EMPATHY. American Journal of Public Diplomacy and International Studies (2993-2157), 1(9), 132-134.

16. Narziyeva, S. (2023). PSYCHOLOGICAL VIEWS ON THE CHOICE OF PROFESSION. Modern Science and Research, 2(10), 333-336.

17. Сайфуллаева, Н. Б. (2023). Методы Организации Уроков Математики В Начальных Классах С Использованием Цифровых Технологий. *Miasto Przyszłości*, 35, 388-390.

18. Сайфуллаева, Н. Б. (2023). РОЛЬ МАТЕМАТИКИ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ. *PEDAGOGS jurnali*, 1(1), 292-292.

19. Bahodirovna, H. N. (2023). BOSHLANG'ICH SINFLARDA ONA TILI O'QITISH METODIKASI FANINING METODOLOGIK VA ILMIY ASOSLARI.

20. Tursunova, Z. (2023). METHODOLOGY OF MOTHER TONGUE TEACHING IN PRIMARY SCHOOLS. Modern Science and Research, 2(9), 350-352

21. Salomat, G. L. The essence of the content of the concept of digital educational resources and its role in primary education. *ACADEMICIA: An International Multidisciplinary Research Journal*. 2020, Volume: 10, Issue: 5.

22. Лукмонова, С. Г. (2020). Цифровые образовательные ресурсы в педагогической деятельности. In *INTERNATIONAL SCIENTIFIC REVIEW OF THE PROBLEMS OF PHILISOPHY, PSYCHOLOGY AND PEDAGOGY* (pp. 34-39).

23. Akbarovna, I. S. (2023). DESTRUKTIV AXBOROTLARGA NISBATAN MAFKURAVIY IMMUNITET SHAKLLANTIRISH IJTIMOY

MUAMMO SIFATIDA. Barqaror Taraqqiyot va Rivojlanish Tamoyillari, 1(6), 26-29.

24. Akbarovna, I. S. (2023). MILLIY HARAKATLI O'YINLARNING BOLALAR TARBIYASIDAGI IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI.

25. Sitora Akbarovna Ikromova. (2023). Formation of Ideological Immunity to Destructive Information. *Intersections of Faith and Culture: American Journal of Religious and Cultural Studies (2993-2599)*, 1(9), 50–54.

26. Akbarovna, I. S. (2023). Study of the Formation of Ideological Immunity By Foreign and Russian Researchers. *American Journal of Public Diplomacy and International Studies (2993-2157)*, 1(9), 235-239.

27. Akbarovna, I. S. (2023). Adolescence during Destructive Behavior Appearances the Problem Learning Condition. *Intersections of Faith and Culture: American Journal of Religious and Cultural Studies (2993-2599)*, 1(9), 105-109.

28. Ikromova, S. A. FACTORS IN THE DEVELOPMENT OF IMMUNITY TO DESTRUCTIVE IDEAS IN ADOLESCENTS.

29. Maxmudova, N. (2018). THE ROLE OF COMPUTER TECHNOLOGIES IN THE INNOVATIVE TRAINING PROCESS. *Экономика и социум*, (3 (46)), 34-36.

30. Isomova, F. A. T. Q. (2022). МАКТАБГАЧА ТАЛИМ ТАШКИЛОТЛАРИДА БОЛАЛАРНИ МАКТАБ ТА'ЛИМИГА ТАЙЙORLASHDA NUTQ O'STIRISH MASHG'ULOTLARINING AHAMIYATI. *Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences*, 2(1), 947-949.

31. Xalilova Shaxlo Ravshanovna. (2023). PEDAGOGIK MULOQOT O'QUV JARAYONI SAMARADORLIGINI OSHIRISHNING MUHIM OMILI. *JOURNAL OF UNIVERSAL SCIENCE RESEARCH*, 1(8), 131–139. <https://doi.org/10.5281/zenodo.8239719>

32. Sobirovna, S. Y. (2023). O 'YIN ORQALI BOLA TAFAKKURI VA NUTQINI OSTIRISH. *SAMARALI TA'LIM VA BARQAROR INNOVATSIYALAR*, 1(3), 93-99.

33. Oktam's, S. M. (2023). "Methods and Tools of Speech Development of Small Group Children in Preschool Education Organization". *American Journal of Public Diplomacy and International Studies (2993-2157)*, 1(9), 104–108.